



Balancéate  
en  
Familia

Jornadas en torno al  
Día Mundial de la Salud 2104

### Día 23 de abril:

**CHARLA COLOQUIO:** “La importancia del desayuno en nuestra dieta”

Imparte: Equipo de Salud Escolar

Destinatarios: Familias con niños/as en edad escolar.

Taller “el árbol de la merienda”

Destinatarios: Los escolares que acompañen a las familias  
Para finalizar la sesión merendando todas y todos saludablemente.

17:00 h. - Escuela de Salud (Cno. Molino, 5).

### Día 26 de abril:

**GYMKANA SALUDABLE:** “Balancéate en familia”

Se desarrollarán una serie de actividades destinadas a todos los miembros de la familia y relacionadas con la alimentación saludable.

11:00 h. - Ciudad Deportiva Príncipe Felipe.

La actividad que se propone es lúdica, dinámica y divertida, donde toda la familia, grandes y pequeños, podrán participar conjuntamente en las actividades programadas.

Se instalarán 7 rincones, cada uno con una temática específica, sobre las causas de la obesidad infantil.

- ♥ A PREPARAR EL DESAYUNO
- ♥ A DIVINAR QUIEN SOY
- ♥ EL QUE LA SIGUE LA CONSIGUE
- ♥ ¿QUÉ ESconde LA SOPA?
- ♥ CADA COSA EN SU LUGAR
- ♥ PETIT-CHEF FAMILIAR: PREPARA TU “ANIMAL-BOCATA”
- ♥ SALTA Y GANA